

VÝŽIVOVÉ
DOPLNKY
VS. LIEKY PRI
SRDCOVOM
ZLYHÁVANÍ

BC. KRÍŽOVÁ ZUZANA



SRDCOVÉ ZLYHÁVANIE

- ZÁVAŽNÝ STAV, KTORÝ SI VYŽADUJE KOMPLEXNÚ A ČASTO INTENZÍVNU LIEČBU, ABY SA ZLEPŠILA KVALITA ŽIVOTA PACIENTA A ZNÍŽILO RIZIKO ZÁVAŽNÝCH KOMPLIKÁCIÍ.
- V RÁMCI TEJTO LIEČBY SA ČASTO DISKUTUJE O ÚLOHE VÝŽIVOVÝCH DOPLNKOV V POROVNANÍ S TRADIČNÝMI LIEKMI.
- DOPLNKY VÝŽIVY A LIEKY NA KARDIOVASKULÁRNE OCHORENIA SÚ DVA RÔZNE PRÍSTUPY K LIEČBE A PREVENCIÍ TÝCHTO OCHORENÍ, PRETO JE DÔLEŽITÉ POZNAŤ KLÚČOVÉ ROZDIELY MEDZI NIMI, ABY SA MOHOL ZVOLIŤ SPRÁVNY SPÔSOB LIEČBY



DÔLEŽITÉ FAKTORY PRI LIEČBE

- **TYP SRDCOVÉHO ZLYHÁVANIA-** VÝBER LIEKOV A VÝŽIVOVÝCH DOPLNKOV ZÁVISÍ OD TYPU SRDCOVÉHO ZLYHÁVANIA- SYSTOLICKÉ A DIASTOLICKÉ
- **ZÁVAŽNOSŤ SRDOVÉHO ZLYHÁVANIA-** KLASIFIKUJE SA DO ŠTYROCH ŠTÁDIÍ PODĽA ZÁVAŽNOSTI- A, B, C, D
- **ĎALŠIE ZDRAVOTNÉ PROBLÉMY-** CUKROVKA, VYSOKÝ KRVNÝ TLAK, OCHORENIE OBLIČIEK, ...
- **LIEKOVÉ INTERAKCIE-** NIEKTORÉ VÝŽIVOVÉ DOPLNKY MÔŽU OVPLYVŇOVAŤ ÚČINOK LIEKOV



VÝŽIVOVÉ DOPLNKY



Doplňky výživy sú látky, ktoré sa pridávajú do stravy a nie sú klasifikované ako potraviny ani lieky.

Môžu obsahovať vitamíny, minerály, bylinky a iné látky.

Niektoré doplnky výživy sa propagujú na podporu kardiovaskulárneho zdravia, ale **vedecké dôkazy o ich účinnosti sú zmiešané.**

Nie sú regulované vládnymi agentúrami.

Môžu **mať vedľajšie účinky**, ale zvyčajne sú mierne.

Doplňky výživy nie sú náhradou liekov.

Dôležitá je konzultácia s lekárom- pomôže určiť, či je doplnok bezpečný a vhodný, a či môže interagovať s inými liekmi

Užívať len odporúčanú dávku.

Užívanie vysokých dávok môže viesť k vážnym vedľajším účinkom.

Opatrnosť v tehotenstve a pri dojčení. Niektoré doplnky výživy môžu byť škodlivé pre nenarodené dieťa alebo dojča.



VÝŽIVOVÉ DOPLNKY PRI SRDCOVOM ZLYHÁVANÍ:

- **OMEGA-3MASTNÉ
KYSELINY**

NACHÁDZAJÚ SA V RYBÁCH

MÔŽU POMÔČŤ ZNÍŽIŤ HLADINU
TRIGLYCERIDOV A KRVNÝ TLAK A
TAKTIEŽ ZNÍŽIŤ RIZIKO INFARKTOV A
MŔTVICE

- **KOENZÝM Q10**

VÝŽIVOVÉ DOPLNKY PRI SRDCOVOM ZLYHÁVANÍ:

- **HORČÍK**

MINERÁL, KTORÝ JE DÔLEŽITÝ PRE FUNGOVANIE SRDCA.

JEHO NEDOSTATOK MÔŽE ZHORŠIŤ SRDCOVÉ ZLYHÁVANIE

- **MAGNÉZIUM**

MINERÁL DÔLEŽITÝ PRE MNOHO FUNKCIÍ V ORGANIZME VRÁTANIE REGULÁCIE KRVNÉHO TLAKU A SRDCOVEJ FREKVENCIE

MÔŽE POMÔCŤ ZNÍŽIŤ RIZIKO SRDCOVÝCH CHORÔB

- **L-KARNITÍN**

LÁTKA, KTORÁ POMÁHA TELU PRENÁŠAŤ TUK DO BUNIEK, KDE SA MÔŽE POUŽIŤ NA ENERGIU

MÔŽE ZLEPŠIŤ PRÍZNAKY PRÍZNAKY U ĽUDÍ SO SRDCOVÝM ZLYHÁVANÍM

- **CESNAK**

MÁ DLHÚ HISTÓRIU V TRADIČNEJ MEDICÍNE NA PODPORU ZDRAVIA SRDCA

MÔŽE ZNÍŽIŤ HLADINU CHOLESTEROLU A KRVNÝ TLAK

VÝŽIVOVÉ DOPLNKY

- MÔŽU BYŤ PROSPEŠNÉ PRE ĽUDÍ SO SZ
- POTREBNÁ KONZULTÁCIA S LEKÁROM , ABY SA PACIENT UISTIL, ŽE SÚ BEZPEČNÉ A VHODNÉ
 - NIE SÚ NÁHRADOU ZDRAVÉHO ŽIVOTNÉHO ŠTÝLU
- PRE UDRŽANIE ZDRAVÉHO SRDCA JE POTREBNÉ JESŤ ZDRAVÚ STRAVU, PRAVIDELNE CVIČIŤ A UDRŽIAVAŤ SI ZDRAVÚ VÁHU.



REGULÁCIA A BEZPEČNOSŤ VÝŽIVOVÝCH DOPLNKOV

- NIE SÚ TAK PRÍSNE REGULOVANÉ AKO LIEKY
 - V MNOHÝCH KRAJINÁCH NIE SÚ POVINNÉ PREJSŤ ROVNAKÝMI KLINICKÝMI SKÚŠKAMI AKO LIEKY PRED TÝM, AKO SA DOSTANÚ NA TRH
- ICH ÚČINNOSŤ A BEZPEČNOSŤ TAK NEMUSIA BYT DÔKLADNE OVERENÉ
- PACIENTI BY MALI BYŤ OPATRNÍ PRI UŽÍVANÍ DOPLNKOV A VŽDY ICH KONZUMÁCIU KONZULTOVAŤ S LEKÁROM, NAJMÄ AK MAJÚ ZÁVAŽNÉ ZDRAVOTNÉ STAVY AKO JE SRDCOVÉ ZLYHÁVANIE





LIEKY

- SÚ KLÚČOVÝM PRVKOM LIEČBY SZ
- SÚ NAVRHNUTÉ NA ZLEPŠENIE FUNKCIE SRDCA, ZNÍŽENIE PRÍZNAKOV A PREDCHÁDZANIE KOMPLIKÁCIÁM AKO SÚ INFARKTY, MŔTVICE A INÉ KARDIOVASKULÁRNE UDALOSTI
- PÔSOBIA RÔZNYMI MECHANIZMAMI, ABY ZNÍŽILI ZÁŤAŽ NA SRDCE, ZLEPŠILI PRIETOK KRVI A OPTIMALIZOVALI ROVNOVÁHU TEKUTÍN V TELE
- SÚ REGULOVANÉ VLÁDNYMI AGENTÚRAMI
- MUSIA PREUKÁZAŤ BEZPEČNOSŤ A ÚČINNOSŤ PRED TÝM AKO SA DOSTANÚ NA TRH

LIEKY

- **DIURETIKÁ**

POMÁHAJÚ ZBAVIŤ SA TELU PREBYTOČNEJ VODY A SOLI PROSTREDNÍCTVOM MOČENIA

ZNÍŽENÍM OBJEMU TEKUTÍN V TELE ZNIŽUJÚ TLAK NA SRDCE A ZMIERŇUJÚ PRÍZNAKY AKO JE OPUCH NÔH A DÝCHAVIČNOSŤ

FUROSEMID, HYDROCHLOROTIAZID, SPIRONOLAKTÓN

VEDĽAJŠIE ÚČINKY: DEHYDRATÁCIA, NEROVNOVÁHA ELEKTROLYTOV, NÍZKY KRVNÝ TLAK

- **ANTAGONISTI RECEPTOROV ANGIOTENZÍNU II**

ROZŠIRUJÚ KRVNÉ CIEVY A ZNIŽUJÚ KRVNÝ TLAK

VEDĽAJŠIE ÚČINKY: ZÁVRATY, VYSOKÝ OBSAH DRASLÍKA V KRVI, NÍZKY KRVNÝ TLAK

- **ACE INHIBÍTORY**

ROZŠIRUJÚ KRVNÉ CIEVY A ZNIŽUJÚ KRVNÝ TLAK, ČÍM ZNIŽUJÚ ZÁŤAŽ NA SRDCE A ZLEPŠUJÚ JEHO FUNKCIU

ENERAPRIL, RAMIPRIL

VEDĽAJŠIE ÚČINKY : KAŠEĽ, VYSOKÝ OBSAH DRASLÍKA V KRVI, NÍZKY KRVNÝ TLAK, ZRIEDKAVO OPUCHY

- **BETA-BLOKÁTORY**

ZNIŽUJÚ SRDCOVÚ FREKVENCIU A ZÁŤAŽ NA SRDCE TÝM, ŽE BLOKUJÚ ÚČINOK ADRENALÍNU, TO POMÁHA ZLEPŠIŤ FUNKCIU SRDCA A ZNIŽUJE RIZIKO ARYTMÍÍ.

VEDĽAJŠIE ÚČINKY: ÚNAVA, NÍZKY KRVNÝ TLAK, ZÁVRATY

- **ARNI**

LIEKY

- **ANTIKOAGULANCIÁ**

POMÁHAJÚ RIEDIŤ KRV A ZABRAŇUJÚ
TVORBE ZRAZENÍN

WARFARIN, RIVAROXABAN, ...

- **LIEKY NA ROZŠÍRENIE CIEV**

POMÁHAJÚ ROZŠIROVAŤ CIEVY A ZLEPŠUJÚ
PRIETOK KRVI

POUŽÍVAJÚ SA PRI LIEČBE ANGÍNY PECTORIS
A INÝCH SRDCOVÝCH STAVOV

SILDENAFIL

- **BLOKÁTORY KALCIOVÝCH KANÁLOV**

BLOKUJÚ VÁPNIK Z VSTUPU DO
SVALOVÝCH BUNIEK SRDCA A CIEV, ČO
SPÔSOBUJE ICH UVOĽNENIE A ROZŠÍRENIE

POUŽÍVAJÚ SA PRI LIEČBE VYSOKÉHO
KRVNÉHO TLAKU, ANGÍNY PECTORIS A
SRDCOVÉHO ZLYHÁVANIA

- **DIGITÁLISOVÉ GLYKOZIDY**

ZVYŠUJÚ SILU SRDCOVÉHO SŤAHU A
SPOMAĽUJÚ SRDCOVÚ FREKVENCIU

DIGOXÍN

VEDĽAJŠIE ÚČINKY: NEVOLNOSŤ,
ZVRACANIE, PORUCHY SRDCOVÉHO
RYTMU

REGULÁCIA A BEZPEČNOSŤ LIEKOV

- LIEKY SÚ PRÍSNE REGULOVANÉ ZDRAVOTNÍCKYMI ORGÁNMI AKO JE FDA(FOOD AND DRUG ADMINISTRATION) V USA, ALEBO EMA(EUROPEAN MEDICINES AGENCY) V EURÓPE.
- MUSIA PREJSŤ ROZSIAHLYMI KLINICKÝMI SKÚŠKAMI, ABY SA PREUKÁZALA ICH BEZPEČNOSŤ A ÚČINNOSŤ PREDTÝM AKO SA DOSTANÚ NA TRH



REGULÁCIA, BEZPEČNOSŤ A ÚLOHA V LIEČBE

LIEKY

- PRÍSNE REGULOVANÉ ZDRAVOTNÍCKYMI ORGÁNMI
- VEDĽAJŠIE ÚČINKY SÚ DOBRE ZDOKUMENTOVANÉ A MONITOROVANÉ
- PACIENTI SÚ PRAVIDELNE MONITOROVANÍ LEKÁRMI, ABY SA ZABEZPEČILA BEZPEČNOSŤ LIEČBY
- HLAVNÝ PILIER LIEČBY SZ, BEZ NICH MÔŽE BYŤ LIEČBA NEÚPLNÁ A NEÚČINNÁ

VÝŽIVOVÉ DOPLNKY

- MENEJ PRÍSNE REGULOVANÉ
- MENEJ INFORMÁCIÍ O DLHODOBÝCH ÚČINKOCH A BEZPEČNOSTI
- MÔŽU INTERAGOVAŤ S LIEKMI A SPÔSOBIŤ NEŽIADÚCE ÚČINKY
- MÔŽU BYŤ UŽITOČNÉ AKO DOPLNOK K LIEČBE, ALE NEMALI BY NAHRÁDZAŤ LIEKY
- ICH ÚLOHA JE PODPORNÁ

LIEKY A VÝŽIVOVÉ DOPLNKY



Zohrávajú odlišné, ale komplementárne úlohy pri liečbe SZ

Lieky sú základom liečby, prísne regulované a overené klinickými štúdiami

Výživové doplnky môžu ponúknuť ďalšie zdravotné výhody a podporu, ale ich používanie by malo byť starostlivo konzultované s lekárom, aby sa predišlo možným interakciám a vedľajším účinkom

Celková starostlivosť o pacienta so SZ by mala byť komplexná a multidisciplinárna, zahŕňajúca medicínsku liečbu, výživu, životný štýl a pravidelné sledovanie zdravotného stavu

The background features a light gray gradient with several realistic water droplets of various sizes scattered in the corners. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance.

**ĎAKUJEM ZA
POZORNOST**